

# 糖尿病抑郁综合征的研究进展

严卫红

上海市浦东医院, 上海 201399

**【摘要】**近年来,随着我国经济社会的快速发展,对人们生活治疗与经济水平都产生巨大影响,人们在日常生活中注意饮食与身体健康,会定期到医院进行身体检查,对于医疗水平提出更高要求。为满足人们的就医需求,相关部门加大对医疗技术的研究力度,从医学临床角度的分析,糖尿病属于常见疾病中的一种,而且糖尿病预兆予以综合症出现,引起人们的高度重视,属于“脾瘵”“消渴”“郁证”等范畴,传统化的治疗方法已经无法满足糖尿病抑郁综合征患者的治疗需求,利用中医方法进行糖尿病抑郁综合征的治疗有良好的效果与优势,无论是对患者身体健康还是心理等都产生积极影响。

**【关键词】**糖尿病; 抑郁综合征; 治疗; 研究进展

在现代化社会的发展中,各领域的发展速度加快,增加人们生活、工作、学习压力,人们日常作息不规律、饮食不健康,增加糖尿病患病几率,使我国近几年糖尿病的患者数量持续增加,为确保糖尿病患者身体健康,还需患者能积极配合医生的治疗。从中医学的角度分析,糖尿病抑郁综合征,主要是因为患者的气阴两虚、气机郁滞,导致肝郁致消、因病而郁等,还会对糖尿病患者的心理造成不利影响。对此,还需引起医疗领域的高度重视,针对糖尿病抑郁综合征的探究,制定科学合理的治疗方法,从而确保糖尿病患者日后的生活质量。

## 1 糖尿病抑郁综合征诊断分析

针对糖尿病抑郁综合征诊断的分析,在医学临床中有相应的标准,结合我国目前诊断标准的分析,主要是以国际疾病分类第10版(ICD-10)中抑郁症的标准为基础,根据患者的实际情况与标准症状的对比,如果患者出现两项及两项以上的典型症状,至少要对患者进行两周的观察,再进行具体的判断。而典型症状包括的内容比较多,由于患者的抑郁程度不同,所表现的症状则不同,有的患者是心情低落,有的患者是自我评价低,甚至有自伤、自杀的想法与行为,还有的患者食欲不佳、精神减退等,都需要结合患者的实际情况,对患者日常生活状态的详细观察,才能进行进一步地诊断。

从临床抑郁症自评量表与他评量表的角度分析,自评量表,是根据患者自身的日常生活进行相应的问答或以答题的形式进行探究,可了解到患者近期生活情况与心境,此方法简单、方便,还可对患者的心理进行下一步的咨询,可针对患者自评量表的信息数据,结合相应评定标准,对患者精神与心理的综合分析,能够准确的反映出患者患有抑郁症的严重程度、病情情况等。而从他评量表在角度分析,评定量表中的相关信息数据,只是对患者是否患有抑郁症、抑郁程度、病情严重性等提供相应的信息数据,但是不会成为临床治疗中的重要依据,不具诊断功能。

## 2 对糖尿病抑郁综合征的中药治疗

对对糖尿病抑郁综合征的中药治疗,还需结合患者实际情况,制定科学合理的治疗方案与措施。当然,不同的医生会有不同的治疗见解与方法,可根据不同方法对患者疾病的治疗,曾淑惠<sup>[1]</sup>对糖尿病抑郁综合症患者的治疗有独特的见解,主要从患者脑部进行治疗,大多数患者患病的主要原有是肾阴精不足,而导致肝、脾、肾等出现问题。采用中医方法对患者的治疗,可选择山茱萸、淮山药、佛手、生地黄、百合、枸杞子、女贞子、郁金、知母、白芍、合欢花、熟地黄等,按照一定的比例煎煮成中医水进行服用,经过一段时间的治疗,患者的胰岛素、胰岛敏感指数等都发生巨大的变化,说明此方法对糖尿病患者身体有良好的治疗效果。

除此之外,管子函<sup>[2]</sup>也针对糖尿病抑郁综合征的患者治疗进行了临床研究,主要是从患者肝郁气滞、脾气亏虚等方面分析,采用逍遥散加减及心理治疗方法对患者的治疗,在临床治疗上有明显的治疗效果。同时,梅海云<sup>[3]</sup>从糖尿病并发抑郁的角度分析探究与饭呢西,可了解到大多数的患者都有阴虚燥热、肝失所养、肝气郁结等情况,从滋养肝肾阴血、疏肝达气等方面对患者进行治疗,有良好的治疗效果。

## 3 对糖尿病抑郁综合征的心理治疗

健康人群一旦患病,都会对个人心理产生负面影响,更何况糖尿病抑郁综合症患者,糖尿病本身就需要患者进行长期的治疗,可通过治疗对患者患病程度的有效控制,而糖尿病患者心理受到的创伤更大,对糖尿病抑郁综合症患者的心理治疗还需引起医疗部门的高度重视。结合目前临床医学中对糖尿病抑郁综合症患者的心理治疗,主要采用个人心理干预与集体心理干预两种方法。其中,个人心理干预,主要是能够对糖尿病抑郁综合症患者症状的有效控制,对医护人员的专业护理技术与综合能力提出更高要求,需要医护人员从患者角度对各项问题的全面分析,在日常治疗与护理过程中,通过与患者积极交流,全面掌握患者患病情况

与心理变化,针对患者内心所产生的顾虑与担忧及时解决,转移患者注意力,选择一些成功案例对患者的讲解,可增强患者的信心,对患者心率造成积极干预,能够有效改善糖尿病抑郁综合症患者的病情。而集体心理干预治疗方法,是根据患者的患病程度,把相似症状的患者分配到同一病房内,既可以方便医护人员对患者的治疗与护理,又方便患者之间的相互沟通与交流,可有效改善患者情绪,减轻患者心理负担。同时,在日常护理过程中,医护人员对患者的健康教育、心理疏导,使患者之间相互鼓励,从而可全面提高患者的生存质量。

除此之外,还包括正念疗法,从其字面上的意识分析,可直观地了解到此治疗方法的核心就是对患者的心理治疗。正念疗法起源于佛教,在一些欧美国家的医疗领域中应用的比较广泛,通常情况下,正念疗法只是作为辅助治疗,对一些心理疾病、慢性病等有巨大的影响,经过对患者的长期治疗,可使患者的症状有明显的改善。那么在医学临床中对正念疗法的应用,最主要的要求就是对患者完全的关注与察觉,可有效避免患者的独自猜想,减轻患者的心理压力,有效改善糖尿病抑郁综合症患者的抑郁程度<sup>[4]</sup>。

#### 4 运动治疗对糖尿病抑郁综合症的影响

针对糖尿病抑郁综合症患者的临床治疗,治疗方法比较多,

#### 参考文献:

- [1] 曾淑惠.糖忧解郁汤干预糖尿病合并抑郁症的临床研究 [D].南京:南京中医药大学,2012:40-42.
- [2] 管子函.疏肝解郁、益气健脾法改善糖尿病抑郁障碍的临床研究.成都:成都中医药大学,2010.
- [3] 梅海云.加减一贯煎治疗2型糖尿病伴焦虑抑郁情绪30例临床研究.江苏中医药,2014,46(6):33-34.
- [4] 徐碧海 牛小霞.糖尿病合并抑郁患者的护理干预研究进展[J].当代护士:专科版(下旬刊),2015:15.

其中还包括运动治疗方法,能够对抑郁症的预防、治疗、患者的康复等产生积极影响。通过运动训练,可提高患者的生活质量,逐渐增强患者自信心,使患者在运动过程中感受到极大的幸福感。对此,吴亚文对糖尿病抑郁综合症的运动训练治疗方法进行了研究,研究表明,规律的运动训练可以使糖尿病患者的胰岛素水平逐渐恢复成正常状态,对胰腺B细胞功能有效改善,运动疗法在糖尿病抑郁综合症的预防与治疗过程中具有重要意义。

除此之外,还可以采用焦点解决模式,对糖尿病抑郁综合症患者的临床干预治疗,激发患者的主观意识,调动患者积极性,根据医护人员的治疗方案积极配合,医护人员对患者多方位的引导与协助,鼓励患者有自己的想法,增加患者自我护理行为,可有效改善患者抑郁程度。

#### 结语:

综上所述,随着我国医疗水平的不断意提升,我国医疗领域加大了对糖尿病抑郁综合症患者治疗方法的研究力度,结合患者的患病程度,科学采取治疗方法与治疗方案,通过对心理治疗法、运动治疗法、中药治疗法等应用,有效改善患者的患病程度,逐渐增强患者的自信心,可对患者病情发展有效干预与控制,从而为糖尿病抑郁综合症患者的日后生活提供良好保障。